

إحصائية الروماتيزم والطب الطبيعي بمستشفى السيف د. إيمان فكري:

مشاشة العظام عرض للتقدم في العمر والليونة أكثر شيوعاً في الخليج العربي



د. إيمان فكري محمود

المقدمة يشعر المريض بالعمود الفقري ويلاحظ ظهور انحسار وتقوس بالعمود مع فقدانه لعدة سنتيمترات من طوله السابق. وهناك مرض آخر شائع متعلق أيضاً بالعظام ألا وهو مرض ليونة العظام وهو الأكثر شيوعاً بمنطقة الخليج العربي لارتفاع درجات الحرارة وعدم التعرض للشمس لفترات مناسبة، وخصوصاً في مرحلة الطفولة مع التغذية غير السليمة وعدم ممارسة الرياضة. وليونة العظام تؤدي إلى آلام بالعظم كله مع بعض التقوس بالعظام الطويلة وهي نتيجة خلل بالكتلة البروتينية والكالسيومية بالعظام نتيجة نقص في فيتامين د. أما بالنسبة لعلاج حالات هشاشة العظام فقد تقدمت الأبحاث كثيراً في هذا المجال وظهرت بالإسواق الطبية كثير من الأدوية المنبغية لعملية الهدم وهناك البعض الآخر المحفز لعملية ترسيب الكالسيوم، أما الأدوية المحفزة لخلايا البناء فلا تستخدم بكثرة ولكن العلاج الدوائي وحده غير كاف ويجب أن يصاحبه برنامج حركي علاجي وبرنامج غذائي صحي ومناسب للمرحلة السنوية والمرضية لكل مريض. ويجب الانتباه إلى أن هذا العرض أو المرض يتقدم ببطء من دون أعراض واضحة وصريحة وقد يفاجأ المريض بكسر عند التعرض لصدمة بسيطة أو حادث بسيط وعندئذ تكتشف وجود هشاشة فالاهتمام بالرياضة والغذاء الصحي وتغيير أسلوب الحياة بما يتناسب مع متطلبات العصر هو إجراء في غاية الأهمية كي نحيا حياة سعيدة صحية خالية من الأمراض أن شاء الله تعالى.

صرحت د. إيمان فكري محمود أخصائية الروماتيزم والطب الطبيعي بمستشفى السيف بأن مرض هشاشة العظام وهو ما يطلق عليه «اللص الصامت» هو عرض من أعراض التقدم بالعمر، أي أنه ليس بمرض بالمعنى المباشر ولكن هي حالة من عدم اتزان بين عملية هدم وبناء الكتلة العظمية وهذا تراجع أو تدهور طبيعي لأجهزة جسم الإنسان مع التقدم بالعمر. وليس كل حالات وهن العظام أو هشاشة العظام حميدة بل هناك بعض الحالات خبيثة. وأضافت: يبدأ التكوين العظمي مع بداية تكوين خلق الجنين حتى يكتمل نموه بنهاية الشهر الثالث ثم تبدأ مرحلة أخرى من النمو والنضوج وفيها يزداد حجم الجنين ويكتمل نموه العظمي والعظلي وسائر الأعضاء الجسدية. وأشارت إلى أن «بنك الكالسيوم» هي عملية تخزين الكالسيوم طوال فترة النمو حتى سن الثلاثين في المرأة وسن الخامسة والثلاثين في الرجال وتقدم الخلايا البناءة على الخلايا الهدامة، ثم تبدأ مرحلة الخبات (البلازود) حتى سن انقطاع الدورة الشهرية في النساء وسن 55 إلى 60 في الرجال وفيها تتعادل الخلايا البناءة والخلايا الهدامة ثم تبدأ مرحلة الخسارة العظمية وفيها تتقدم الخلايا الهدامة والدخول إلى مرحلة وهن العظام أو هشاشة العظام. هذا هو المسار الطبيعي لبناء وهدم الهيكل العظمي لجسم الإنسان أما إذا حدث خلل بسبب مرض أو تناول بعض الأدوية أو العادات السيئة فقد يؤدي ذلك إلى سرعة هدم ونقصان في الكالسيوم ومن ثم الدخول في مرحلة الهشاشة سريعاً وفي هذه الحالة تعتبر الهشاشة هنا مرضية لأنها حدثت مبكراً عن موعد المتوقع. من أشهر أنواع الهشاشة: هشاشة انقطاع الطمث، هشاشة الشيخوخة ويطلق عليها الهشاشة الفسيولوجية، ثم هشاشة ناتجة عن خلل هرموني أو هشاشة بسبب أدوية مثل الكورتيزون أو أدوية علاج قرحة المعدة والحموضة أو الأدوية المسيلة للدم أو أدوية الصرع وهناك هشاشة ناتجة عن العادات السيئة مثل الوظائف الكتابية والحياة الأوتوماتزمية مع قلة الحركة وعدم ممارسة الرياضة تماماً مع شرب الكحوليات والقهوة والشاي بكثرة وازدياد معدل الحموضة بالدم واكل البروتين الحيواني بكثرة. وعن أعراض هشاشة العظام قالت: مرضى هشاشة العظام لا يشعرون بشيء غير طبيعي وقد يفاجأ المريض بكسر كأول علامة للهشاشة وفي بعض الأحيان يشعر المريض بالعمود كسر قديم أو جديد وفي الحالات

مستشفى طيبة يرعى برنامجاً تطويرياً لتعليم وتثقيف أطبائه لتطبيق معايير الجودة والسلامة

طبية والعيادات التخصصية التابعة له بالفروانية والطناس والتي تهدف إلى تقديم أعلى مستوى من الخدمة الطبية المتوافقة مع المعايير العالمية. وأفادت د. دانة داود مسؤولة التعليم المستمر في مستشفى طيبة أن محور أهدافنا من برنامج التعليم المستمر يرتكز على البقاء في المستوى المتميز الذي عهدته مراجعونا بنا والعمل على تطوير أداء الكادر الطبي بمستشفى طيبة لكي يتسنى لنا مواكبة كل ما هو جديد. لذلك تم وضع برنامج متميز من المحاضرات التدريبية الأسبوعية للأطباء التي امتدت طيلة شهر أكتوبر 2010 وكان كل يوم خميس من الساعة 5 إلى 10 مساءً وكان على هيئة مؤتمرات تقام خارج أسوار المستشفى سعياً من مستشفى طيبة كمدعم للرعاية الصحية لأن يكون نموذجاً متميزاً في تقديم الخدمات الطبية في الكويت. لذلك فإن مستشفى طيبة للخدمات الطبية هو دائماً الخيار الأفضل للمريض والمجتمع.

صرح د. خالد القندلي رئيس القطاع الطبي بقيام مستشفى طيبة برعاية برنامج تطويري لتعليم وتثقيف أطبائه على أحدث المقاييس العالمية لتطبيق برامج الجودة والسلامة في القطاع الطبي وقد امتدت المحاضرات طيلة شهر أكتوبر وشملت العديد من الموضوعات المهمة منها تقييم وتطوير الجودة بالمستشفى بما يتناسب مع الهيئة الأميركية المشتركة، لاعتماد المستشفيات وكذلك تثقيف الأطباء تجاه الأهداف والركائز الأساسية لآمان وسلامة المريض حسب المقاييس الأميركية وشملت المحاضرات أيضاً العديد من الموضوعات المهمة التي تهدف إلى تحسين الخدمات المقدمة من المستشفى لمراجعيه حسب مقاييس الجودة الأميركية ومنها سلامة تداول الأدوية، ومكافحة العدوى بالمستشفيات والتدريب على السلامة العامة والإخلاء في حال الكوارث وسرية المعلومات الطبية للمرضى وعلاقة الطبيب بالمريض وعائلته، وكذلك التعليم الطبي المستمر وغيرها من المواضيع المهمة التي تدرّب عليها أطباء مستشفى



د. دانة داود



الأطباء يستمعون لأحد المحاضرين



د. خالد القندلي

لقاء خاص مع
الشيخ فهد سالم العلي الصباح

لقاء الراي

حوار شامل حول:

- تفاصيل محاولة الإغتيال التي تعرض لها
- نقاش في القضايا المطروحة على الساحة السياسية

تقديم: بلال شعيب



الليلة
10:00 مساءً